



Scopri il grande premio per te  
oltre 800 premi delle  
Grandi Marche!  
(http://ads.rcs.it/www/delivery/c  
oaparams=2\_bannerid=14872  
16-  
(http://ads.rcs.it/www/delivery/c

26 APRILE 2016

Accedi

# OGGI

**SCOPRI DI PIÙ**  
Edizione cartacea o  
digitale. Scegli quella  
che preferisci



## (http://www.oggi.it)

**OGGI** (http://www.oggi.it)

≡  
ACCEDI

### I VIDEO DI OGGI



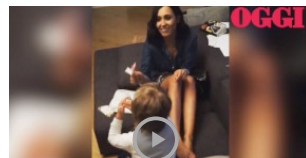
(http://www.oggi.it/video/persor  
dinghilterra-che-damerino-in-



(http://www.oggi.it/video/attuali  
giornalista-di-piazza-pulita-



(http://www.oggi.it/video/attuali  
juventus-vince-il-quinto-



(http://www.oggi.it/video/gossip  
balivo-e-super-sexy-anche-



**CUCINA** (HTTP://WWW.OGGI.IT/CUCINA) | NEWS

## Dieta mediterranea, sostenibile e made in Italy: scopri l'impatto ambientale del tuo menu e due ricette d'autore, da provare a casa

22 aprile 2016

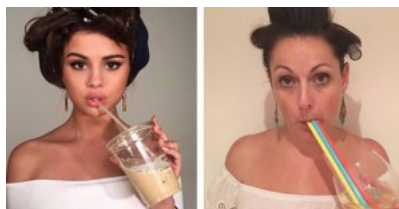
Condividi

(http://www.oggi.it/cucina/news-cucina/2016/04/22/dieta-mediterranea-sostenibile-e-made-in-italy-scopri-limpatto-  
ambientale-del-tuo-menu-e-due-ricette-dautore-da-provare-a-casa/#anchor-comments)



Una rete di imprese italiane per diffonderla nel mondo, una cena a sei mani per apprezzarne l'equilibrio tra salute e gusto, i dati della Fondazione Barilla per capirne i vantaggi per l'ambiente e per l'uomo: è il momento della dieta mediterranea.

## NOTIZIA DI OGGI



(http://www.oggi.it/attualita/notizie/2016/0  
barber-sfotte-i-vip-le-sue-selfie-parodie-  
conquistano-il-web/)

**TUTTE DA RIDERE**  
(HTTP://WWW.OGGI.IT/ATTUALITA/NOTIZIE/201  
BARBER-SFOTTE-I-VIP-LE-SUE-SELFIE-PARODIE-  
CONQUISTANO-IL-WEB/)

(http://www.oggi.it/attualita/notizie/201  
barber-sfotte-i-vip-le-sue-selfie-  
parodie-conquistano-il-web/)

Celeste Barber sfotte i vip: le sue  
selfie parodie conquistano il web -

(http://www.oggi.it/attualita/notizie/20  
barber-sfotte-i-vip-le-sue-selfie-  
parodie-conquistano-il-  
web/)**GUARDA**

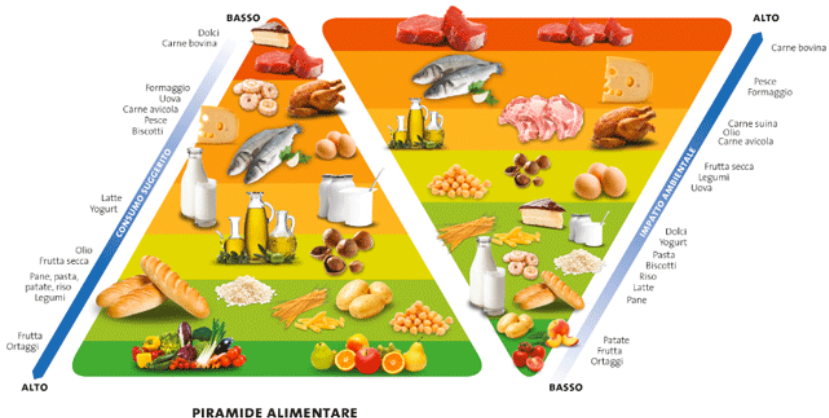
(http://www.oggi.it/attualita/notizie/20  
barber-sfotte-i-vip-le-sue-selfie-  
parodie-conquistano-il-web/)



JUST EAT

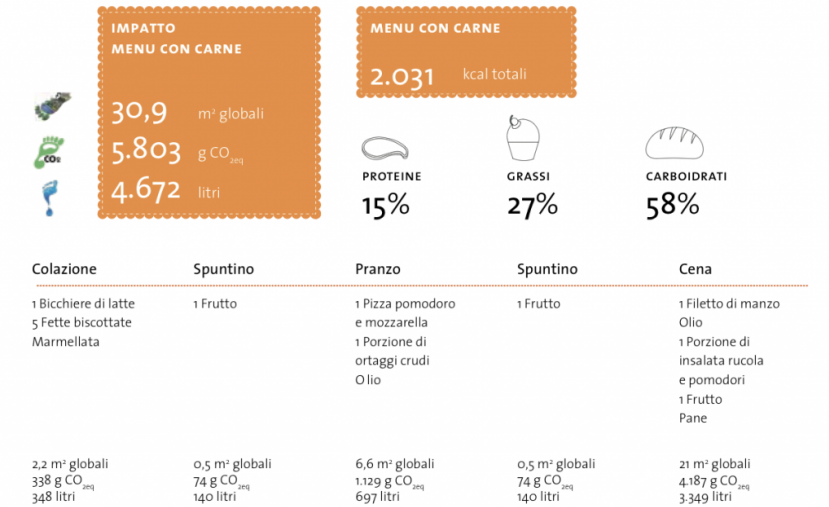
Ordina ora

Nel giorno della Giornata internazionale della terra, è fondamentale capire come le nostre scelte quotidiane impattino sull'ambiente: in quale misura lo ha spiegato, alla vigilia dell'Earth Day, la Fondazione Barilla Center for Food & Nutrition. Oggi sprechiamo un terzo della produzione globale di alimenti, che equivale a quattro volte la quantità necessaria a dare da mangiare a 795 milioni di persone denutrite nel mondo, oltre ad avere una forte ricaduta sull'ambiente perché mentre il cibo si decompone rilascia gas metano, un gas serra 20 volte più potente dell'anidride carbonica.



(<http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/piramide.gif>)

L'adozione di una dieta mediterranea secondo il modello della Doppia Piramide Alimentare e Ambientale risulta sostenibile per la salute dell'uomo e dell'ambiente, concorrendo alla protezione e al rispetto della biodiversità e degli ecosistemi e, allo stesso tempo, di conservare un alto livello di sicurezza alimentare e nutrizionale oltre ad essere economicamente accessibile. Questa scelta, insieme alla riduzione dello spreco del 50% entro il 2020, sono i passi fondamentali da compiere proposti dalla Fondazione Barilla Center for Food & Nutrition, confermate anche nella seconda edizione del libro *Eating Planet. Cibo e sostenibilità: costruire il nostro futuro*.



(<http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/Schermata-2016-04-21-alle-17.05.54.png>)

**Gazzetta STORE.it**

22 DVD

**CAPITAN HARLOCK**  
COLLANA COMPLETA

207 €

Subito a casa tua con la Spedizione Premium

**ACQUISTA ORA >**

SCEGLI UNA PORTATA	
<u>ANTIPASTI</u>	<u>ZUPPE (/CUCINA/ZUPPE/)</u>
<u>(/CUCINA/ANTIPASTI/)</u>	
<u>PRIMI PIATTI</u>	<u>PIATTI UNICI</u>
<u>(/CUCINA/PRIMI-PIATTI/)</u>	<u>(/CUCINA/PIATTI-UNICI/)</u>
<u>SECONDI PIATTI</u>	<u>PIZZE E TORTE SALATE</u>
<u>(/CUCINA/SECONDI-PIATTI/)</u>	<u>(/CUCINA/PIZZE-E-TORTE-SALATE/)</u>
<u>CONTORNI</u>	<u>INSALATE</u>
<u>(/CUCINA/CONTORNI/)</u>	<u>(/CUCINA/INSALATE/)</u>
<u>DOLCI (/CUCINA/DOLCI/)</u>	<u>PANI (/CUCINA/PANI/)</u>
<u>BEVANDE</u>	<u>CONSERVE</u>
<u>(/CUCINA/BEVANDE/)</u>	<u>(/CUCINA/CONSERVE/)</u>

**TROVA RICETTE**

**CERCA**

Se non hai voglia di scegliere, se vuoi scoprire gusti nuovi, tenta la sorte, prova

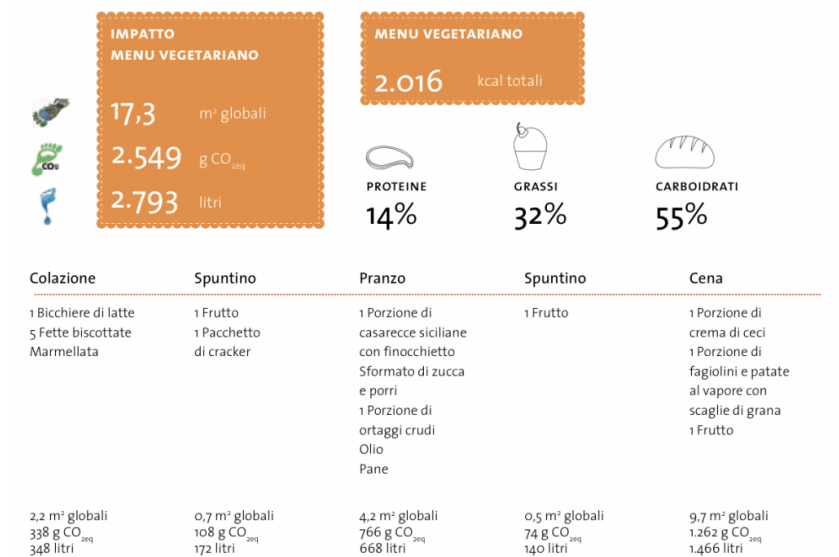
**UNA RICETTA A SORPRESA**  
(<http://www.oggi.it/cucina/ricetta/garganelli-al-ragu/>)

**IDEE IN CUCINA**

(<http://www.oggi.it/cucina/trovare-ricette-e-menu/2016/04/22/sale-sali-speciali-un-pizzico-non-va-le-altro-da-quello-della-camargue-agli-aromatizzati-all'affumicato-le-ricette-per-gustarli-e-scoprirne-le-proprietà/>)

**TROVARICETTE E MENU**  
(<http://www.oggi.it/cucina/trovare-ricette-e-menu/2016/04/22/sale-sali-speciali-un-pizzico-non-va-le-altro-da-quello-della-camargue-agli-aromatizzati-all'affumicato-le-ricette-per-gustarli-e-scoprirne-le-proprietà/>)





(<http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/Schermata-2016-04-21-alle-17.05.42.png>)

**MOOD MEDITERRANEO, E 2 RICETTE** – La passione per la cucina mediterranea – simbolo universale di benessere, genuinità e salute – accomuna gli chef che hanno partecipato alla serata-evento **"Mediterranean Mood"**, presso il ristorante della famiglia Trussardi, in piazza della Scala, a Milano: a unire le ([http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/shabu\\_shabu.jpg](http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/shabu_shabu.jpg)) forze per un menù unico, *Bobo e Chicco Cerea*, Del ristorante **"Da Vittorio"**, chef-emblema della migliore ristorazione italiana e Roberto Conti, del ristorante Trussardi.



**Shabu shabu di scampi, crema di pere al gin e granita di lime** – VAI ALLA RICETTA (<http://www.oggi.it/cucina/ricetta/shabu-shabu-di-scampi-crema-di-pere-al-gin-e-granita-di-lime/>)



([http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/triglia\\_livornese.jpg](http://www.oggi.it/cucina/wp-content/uploads/sites/19/2016/04/triglia_livornese.jpg)) **Triglia di scoglio con salsa livornese, lattuga di mare e pane nero** – VAI ALLA RICETTA (<http://www.oggi.it/cucina/ricetta/triglia-di-scoglio-con-salsa-livornese-lattuga-di-mare-e-pane-nero/>)

"La dieta mediterranea – dice *Roberto Conti* – è la massima espressione della passione per il benessere e la celebrazione dell'equilibrio tra salute e gusto". Sulla stessa lunghezza d'onda anche Cerea per cui "la dieta mediterranea è uno stile di vita, e quindi mangiare bene e mantenersi in forma vuol dire essere reattivi ed energici al momento giusto". La ha visto nel menù ingredienti come scampi di Sicilia, gambero rosso e crostacei. Le portate sono state pizza liquida; shabu shabu di scampo di Sicilia con granita al lime; insalata di coniglio alla pantescia; risotto con crema di cipolle, tartare di gambero rosso e aria di crostacei; triglia di scoglio con salsa livornese lattuga di mare e pane nero, finendo con kermesse di dolci alla Vittorio

**Come cambia la dieta mediterranea. Ai tempi della crisi** – LEGGI (<http://www.oggi.it/cucina/news-cucina/2013/07/02/come-cambia-la-dieta-mediterranea-ai-tempi-della-crisi/>)

**MADE IN ITALY NEL MONDO** Diffondere la dieta mediterranea nel mondo è la missione della rete di imprese **"Gradita"**: oltre ad attuare sinergie nella gestione dei contatti commerciali, l'obiettivo è unire le esperienze di cinque imprese per esportare la dieta mediterranea all'estero, per la precisione in più di 140 paesi nel mondo e conquistare il mercato del made in Italy a livello internazionale. Tra i fondatori **F.lli Polli, Divella, Pietro Coricelli** con gli oli d'oliva **Cirio, Giacinto Callipo Conserve Alimentari e Callipo Gelateria**. Un progetto sperimentale che permetterà di affrontare più efficacemente i mercati internazionali condividendo specializzazioni e competenze, uno strumento fondamentale per proporsi attraverso sinergie comuni sul panorama economico mondiale, senza però rinunciare alla propria identità.

commenta

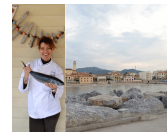


#### SUGGERITI DALLA REDAZIONE

- **Dieta Mediterranea: anche la carne ne fa parte, oltre a frutta secca, legumi e uova** - LEGGI

#### SCOPRIRE-LE-PROPRIETA/

Sale & sali speciali, un pizzico non vale l'altro. Da quello... (<http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/2016/04/22/sale-sali-speciali-un-pizzico-non-vale-laltro-da-quello-della-camargue-agli-aromatizzati-allaffumicato-le-ricette-per-gustarli-e-scoprirne-le-proprieta/>)



#### TROVARICETTE E MENU ([HTTP://WWW.OGGI.IT/CUC E-MENU/](http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/))

**Pesci azzurri in festa, in Toscana.** (<http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/2016/04/21/pesci-azzurri-in-festa-in-toscana-assaggi-cani-in-spiaggia-e-tante-ricette-dedicate-a-palamitafriends/>)



#### NEWS ([HTTP://WWW.OGGI.IT/CUC E-MENU/](http://www.oggi.it/cucina/news-cucina/2016/04/18/kiwi-elisir-di-benessere-ecco-cosa-succede-allorganismo-con-2-al-giorno-e-tante-ricette-per-portarli-in-tavola/))

**Kiwi, elisir di benessere. Ecco cosa succede all'organismo con...** (<http://www.oggi.it/cucina/news-cucina/2016/04/18/kiwi-elisir-di-benessere-ecco-cosa-succede-allorganismo-con-2-al-giorno-e-tante-ricette-per-portarli-in-tavola/>)



#### TROVARICETTE E MENU ([HTTP://WWW.OGGI.IT/CUC E-MENU/](http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/))

**Ricette economiche dal primo al dolce.** (<http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/2016/04/18/ricette-economiche-dal-primo-al-dolce-tante-idee-per-piatti-sfiziosi-e-low-cost-buona-cucina-a-pochi-euro/>)



#### TROVARICETTE E MENU ([HTTP://WWW.OGGI.IT/CUC E-MENU/](http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/))

**Yogurt, buono per la dieta e la pressione.** (<http://www.oggi.it/cucina/trovaricette-e-menu/2016/04/13/yogurt-buono-per-la-dieta-e-la-pressione-ottimo-in-cucina/>)